

# Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie

Hrsg.: Dieter Schwartz & Nils Spitzer

---

## Originalia

Emotionale Welterschließung.

Die aktuelle Rolle von Emotionen und die kognitiven Therapien

*Nils Spitzer*

Anwendungsgebiete und Ziele der Philosophischen Lebensberatung

*Hendrik Wahler*

Rational-Emotive Verhaltenstherapie 2014 – still alive and kicking

*Dieter Schwartz*

# ZREKVT 2014

Die Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZREKVT) hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein informelles Forum für Fortentwicklung, Weiterverbreitung und kritische Diskussion der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie (REVT) und verwandter kognitiv-behavioraler Therapieverfahren darzustellen.

Wir begrüßen Artikel und Beiträge aus folgenden Bereichen: Theoretische Arbeiten, Übersichtsartikel, experimentelle Studien, Beispiele für die Umsetzung von REVT-Prinzipien in die klinische Praxis, Falldarstellungen, Hinweise auf die Therapieformen, Hinweise auf laufende Projekte, Buchbesprechungen, Mitteilungen sowie Vorschläge und Anregungen zu den angesprochenen Themenbereichen (auf Datenträger oder per E-Mail-Anhang in der von uns zuvor anzufordernden Layout-Maske).

## Redaktionsanschrift

Nils Spitzer, Feuerbachstr. 9, 45147 Essen, nspitzer@aol.com

Dieter Schwartz, Müllersweg 14, 97249 Eisingen, T/F 093 06 / 3298

E-Mail: direkt@ret-revt.de

Internet: www.ret-revt.de

## Begründer und Herausgeber seit 1990

Dieter Schwartz, *Deutsches Institut für Rational-Emotive &*

*Kognitiv-behaviorale Therapie (DIREKT) e. V.*, Affiliated REBT Training

Center of the *Albert Ellis Institute* for Rational Emotive Behavior Therapy

## Mitherausgeber seit 2010

Nils Spitzer, Private Praxis, Gartenstr. 2, 45968 Gladbeck

## Editorial Board

Ray DiGiuseppe, Ph.D., Professor, St. John's University,

Albert Ellis Institute, N.Y., USA

Dr. Burkhard Hoellen, Universität Saarbrücken, Private Praxis, Merzig,  
Saarland

Christof T. Eschenröder, Private Praxis, Bremen

Dr. Matthias Grünke, Professor, Universität zu Köln

Dr. Gisela Steins, Professorin, Universität Duisburg-Essen

Die ZREKVT erscheint einmal jährlich im Selbstverlag.

Copyright für den gesamten Inhalt bei D. Schwartz

# Inhaltsverzeichnis

ZREKVT 2014 · Jahrgang 25

## 5 Editorial

### Originalia

- 7 Emotionale Welterschließung. Die aktuelle Rolle von Emotionen und die kognitiven Therapien *Nils Spitzer*
- 25 Anwendungsgebiete und Ziele der Philosophischen Lebensberatung *Hendrik Wahler*
- 57 Grundlagen der REVT: Rational-Emotive Verhaltenstherapie 2014 – still alive and kicking *Dieter Schwartz*

### Rezensionen

- 69 G. Steins, P. A. Weber & V. Welling: »Von der Psychiatrie zurück in die Schule: Reintegration bei Schulabsentismus.« *Dieter Schwartz*
- 72 **Therapeutenliste**
- 75 **ZREKVT-Gesamtverzeichnis: Autorenbeiträge 1990 – 2013**

---

# Editorial

*Liebe Leserinnen und Leser,*

mit der Rolle von Philosophie und Emotionen in Therapie und Beratung verhandelt diese Ausgabe zwei große Themen der gesamten Psychotherapiegeschichte erneut. Dass sich Albert Ellis bei der Entwicklung der REVT stark von der Philosophie hat anregen lassen, nicht nur von den antiken Stoikern und Epikureern sowie Bertrand Russell, sondern auch von Phänomenologie und Existentialismus, ist allgemein bekannt. Schon der Begriff kommt in der REVT häufig zum Einsatz: Ellis selbst bezeichnet z.B. die immer wiederkehrenden irrationalen Überzeugungen auch als die ungesunde *Kern-Philosophie* eines Menschen. Erreichen will die REVT nicht nur die Änderung einzelner Kognitionen, sondern einen tiefer greifenden *philosophical change* hin zu einer Grundeinstellung von Akzeptanz und Flexibilität der Welt, den Menschen und der eigenen Person gegenüber. Anhand des ausführlichen Artikels zur *philosophischen Lebensberatung* von *Hendrik Wahler* kann unter anderem nachvollzogen werden, an welchen Stellen diese die Wahlverwandtschaft der REVT mit der Philosophie berührt und an welchen über sie hinausgeht.

*Emotion* ist immer einer der zentralen Begriffe in der Psychotherapie gewesen. Sie besteht nicht nur im Alltagsverständnis zum großen Teil daraus, dass man über die eigene Gefühle redet, sondern auch in der Fachliteratur werden psychische Störungen häufig als *emotionale Probleme* verstanden, unter denen die Betroffenen leiden. Gerade im letzten Jahrzehnt hat sich aber der Emotionsbegriff noch einmal gewandelt und an Popularität zugelegt, wofür symbolisch vielleicht die Rede von Emotionaler Intelligenz stehen kann. Gefühle wurden hier noch einmal aufgewertet zu einer kaum zu überschätzenden Informationsquelle, einem wertvollen Kompass in einer unübersichtlicher werdenden Welt. Der Artikel von *Nils Spitzer* beschäftigt sich mit diesem *Wandel des Emotionsbegriffs*, seiner Rolle für die REVT und die kognitiven Therapien insgesamt.

Überhaupt die REVT und andere kognitive Therapien: Viel zu oft werden die Unterschiede zwischen ihnen bis zur Unkenntlichkeit eingeebnet und so